

FENG SHUI

INTRODUCCIÓN

El Feng Shui utiliza diversas técnicas para mejorar la energía de nuestro alrededor, liberándola, cambiándola a positiva y enfocándola hacia aquello que deseamos cambiar.

Hay unas pautas básicas que se deben llevar a cabo cuando trabajamos el Feng Shui para asegurar la eficacia del mismo, y las veremos resumidamente en este texto.

Todos los elementos decorativos que tenemos en nuestro hogar son susceptibles de ser utilizados para armonizar nuestro entorno y activar lo que nos hará más felices. Cualquier estilo de decoración es válido para hacer feng shui siempre que se sigan unas normas básicas.

Esta filosofía oriental milenaria tiene como principal objetivo buscar la armonía perfecta en cada ambiente del hogar, combinando los muebles, objetos y colores en función de sus cinco elementos primordiales: Tierra, Agua, Madera, Metal y Fuego. Todo esto ayuda a poder conseguir ese bienestar y armonía general.

El énfasis en los elementos primordiales varía según el horóscopo chino. Por ejemplo, de acuerdo con la antigua filosofía china, en el 2020 deberá predominar el elemento del metal en lo que hace referencia a la decoración del hogar, el cual desplazará un poco a la madera, agente de tierra que destacó en los últimos dos años.

Mediante este arte es posible conocer cuál es la perfecta ubicación para edificar una casa, su orientación en el espacio, el lugar ideal para colocar cada uno de los ambientes y sus muebles, como así también la forma de revertir las energías adversas que puedan afectarnos.

El Feng Shui estudia la relación del hombre con la naturaleza y brinda la oportunidad de vivir de acuerdo con los principios que la rigen, y de esta manera aprovechar esas energías que fluyen por todas partes y pueden influir en nuestro bienestar general. Para indicar las reglas y principios para que cada edificación se convierta en un lugar ideal, el Feng Shui analiza:

- La orientación
- El diseño
- La decoración

De acuerdo con esta filosofía, todo en el mundo está conectado por un flujo de energía (Chi) que no debe ser interrumpido ni obstaculizado. El objetivo es que esta fuerza fluya a través de la integración de Yin y Yang. Estos dos conceptos provienen del taoísmo (tradición filosófica y religiosa china milenaria): son dos fuerzas fundamentales opuestas y complementarias, que se encuentran en todas las cosas. El **yin** es el principio femenino, y lo relacionado con la tierra, la oscuridad, la pasividad y la contracción. El **yang** es el principio masculino, así como también el cielo, la luz, la actividad y la expansión. Estas energías no son estancas sino mutables: lo Yin se transforma en Yang, y lo Yang contiene la capacidad intrínseca de ser Yin.

Cuando queremos aplicar Feng Shui a un espacio físico lo primero que necesitamos hacer es identificar de modo consciente la relación Yin-Yang predominante. Este balance se reconoce a través de los cinco sentidos, pero también a partir de las sensaciones que transmite el lugar.

De acuerdo con la actividad para la que esté destinado un ambiente será más adecuado que haya cierto predominio de un tipo de energía sobre otra, pero lo que siempre habrá que evitar son los excesos. Así, por ejemplo, los lugares donde se descansa o es necesario relajarse deben ser más Yin, y aquellos donde se hacen actividades más dinámicas (como trabajar o jugar) requieren una energía más Yang.

Los ambientes de la casa que necesitan un leve predominio de ambientación Yin son los dormitorios, los baños, los sectores de meditación u oración y los lavaderos. El recibidor, la cocina, el play-room, y family room deben nutrirse con una tendencia más Yang. Finalmente, hay sectores que necesitan un balance 50%-50% de Yin y Yang, como es el caso del living o salón, el comedor, el escritorio u oficina, jardines y balcones.

El Feng Shui puede aplicarse a todas las circunstancias, es cuestión de creatividad e intuición. Por ejemplo, si en la casa no hay un play-room, y los niños juegan en el dormitorio, el secreto del equilibrio estará en sectorizar la habitación. Colores fuertes en el rincón de los juegos (Yang), tonos suaves alrededor de la cama (Yin). Además, luces focales y regulables permitirán modular la intensidad de acuerdo al momento o el espacio.

Cómo diagnosticar el Yin-Yang de tu casa

Para detectar si existe un exceso nocivo de alguna de las dos energías deberás recorrer los ambientes de tu casa y prestar atención a algunos parámetros.

Ambientes con exceso Yin

Cuando tengan al menos tres de las siguientes condiciones:

- Iluminación deficiente.
- Temperatura ambiental fría.
- Ambientación en colores oscuros (gris, negro, marrón oscuro) o fríos (azul, blanco, metal).
- Deterioro de la pintura, predominio de colores pálidos y desgastados.
- Silencio absoluto.
- Escasa ventilación
- Acumulación de objetos pequeños en lugares estrechos.
- Olor a encierro o a humedad.
- Ausencia de plantas.
- Sensación de quietud.

Ambientes con exceso de Yang

Reúnen al menos tres de las siguientes condiciones:

- Luz solar o artificial muy intensa.
- Calor excesivo.
- Los colores de la ambientación son brillantes e intensos (rojo, naranja, verde flúor, amarillo fuerte).
- Ruidos estridentes durante varias horas.
- Corrientes de aire entre puertas/ventanas.
- Formas triangulares, muebles de contornos agresivos.
- Olores intensos.
- Plantas en exceso y/o muy tupidas.
- Movimiento permanente de personas y objetos.

¿Cómo establecer el equilibrio?

La base del Feng Shui es el *Bagua*, un octágono que según la sabiduría oriental milenaria es la forma perfecta. El Bagua, también llamado “Pa-Kua” tiene ocho secciones o trigramas que se

ubican alrededor de un centro de energía, donde se ubica el “Taiji”, el símbolo redondo del Yin-Yang (ver Fig.1). Hay un Bagua para toda la casa, pero también para cada ambiente. Es decir, cada habitación o división de la casa, tiene un Bagua particular dentro del Bagua general. De hecho incluso cada superficie y cada objeto (piso, paredes, cama, mesa, escritorio, etc.) tiene su propio Bagua.

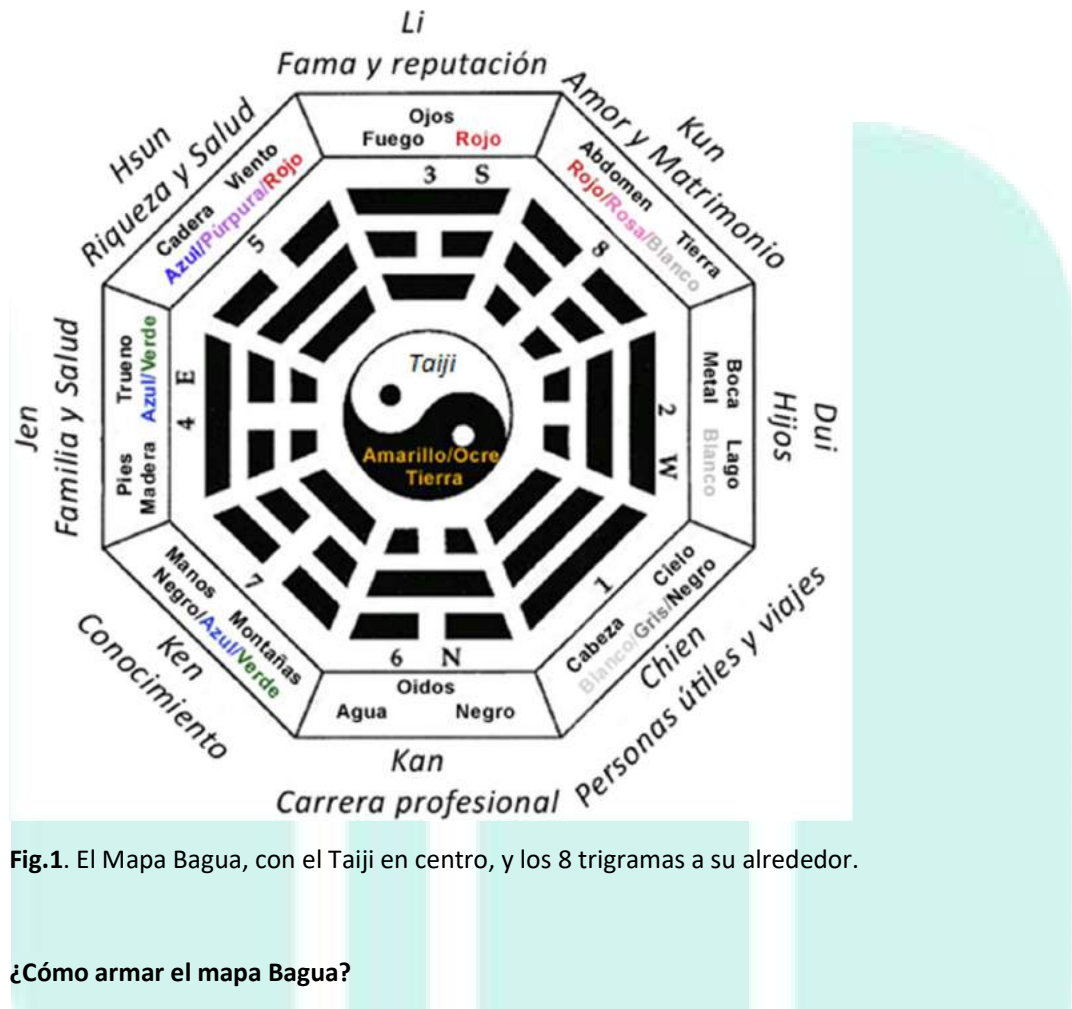


Fig.1. El Mapa Bagua, con el Taiji en centro, y los 8 trigramas a su alrededor.

¿Cómo armar el mapa Bagua?

El mapa Bagua es una de las principales herramientas del feng shui y con la que debes empezar si quieres que la energía fluya adecuadamente en tu hogar. A través del mapa encontrarás cómo se distribuye la energía para saber qué hacer si quieres mejorar un área determinada. Para definirlo, hay que realizar los siguientes pasos:

1.- Buscar el centro energético

Lo primero que necesitamos es ubicar el centro energético de la vivienda en el plano de la casa. Cuando la planta es cuadrada o rectangular es fácil marcarlo con unas líneas diagonales desde las esquinas (ver Fig. 2) formando una cruz, con intersección en el centro. Debemos tener en cuenta que:

- Por convención, el plano de nuestra vivienda debe quedar orientado de forma que la puerta de la entrada quede en la parte inferior, siempre recta.
- Se trata de conseguir enmarcar la mayor parte del plano en un cuadrado o rectángulo, donde

ubicaremos luego las zonas del Bagua.

- Cuando en el plano de la casa tenemos un área faltante dentro de un plano cuadrado, se ajusta la zona faltante y se traza igual que si la tuviera (ver ejemplo en Fig. 2). Sin embargo cuando son plantas irregulares hay que trazar diversas líneas diagonales teniendo en cuenta donde está la puerta de la entrada hasta ubicar el centro.

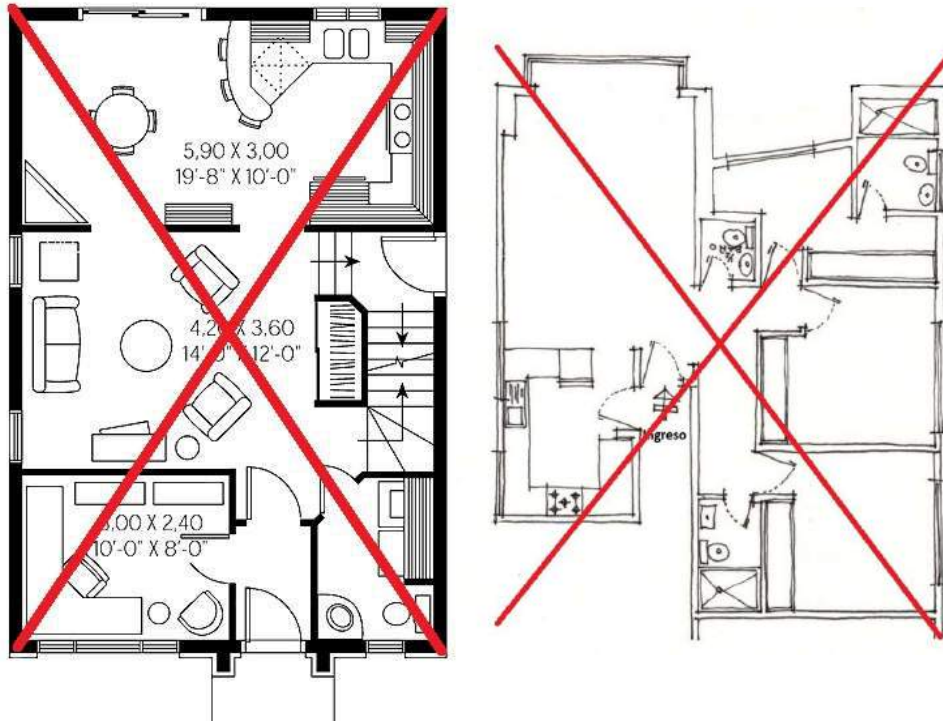


Fig. 2. Ubicación del centro energético con una cruz. A la derecha se muestra cómo se deben incluir las zonas faltantes.

2.- Orientación de la brújula

Debemos ubicar el norte en nuestro plano. Para tomar los puntos cardinales basta con tener una brújula, puede ser la incluida en el teléfono celular. Teniendo en cuenta el centro de la vivienda colócate en ese punto y mirando hacia la puerta de la entrada, coloca tu teléfono o brújula delante de ti orientando la inscripción con la N (Norte, donde se ubican los 0°) mirando hacia la puerta, y anota los grados de orientación de la aguja que marca el norte real.

3.- Colocar las orientaciones en el mapa

Ahora colocamos la plantilla del Bagua en el centro de la vivienda. Puedes hacerlo digitalmente con un editor de imágenes, o en papel, colocando un papel transparente que contenga el esquema del mapa Bagua por encima del papel del plano de tu vivienda (ver Fig. 3).

Coloca el centro del Bagua exactamente en el centro energético que marcaste, con el norte mirando hacia la entrada principal. Luego gira la plantilla la cantidad de grados que indicó tu

brújula hasta orientar el norte del Bagua con el norte real de tu casa. Así tendrás el Taiji en el centro de tu vivienda, y el Kan (el trigramma Norte del octágono), orientado hacia el norte verdadero de tu espacio (ver Fig. 3 izquierda).

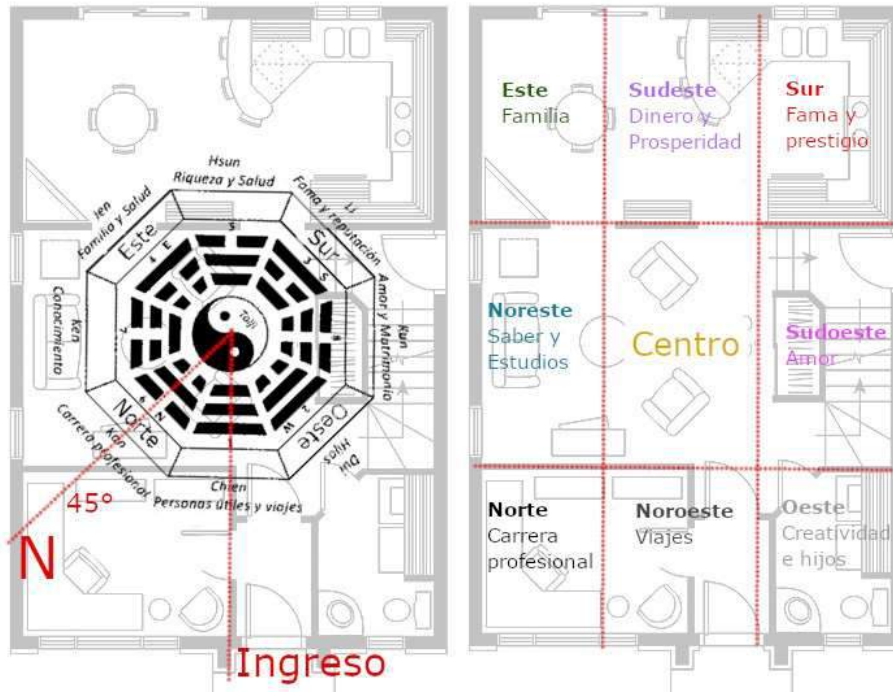


Fig. 3. A la izquierda, el Bagua colocado sobre el plano de la vivienda, correctamente orientado con el norte según la información de la brújula. A la derecha, la grilla de los 9 cuadrantes dibujada sobre el mapa de la vivienda, para ubicar más fácilmente las zonas de energía.

4.- La grilla del Bagua

Ahora trazaremos las zonas del Bagua sobre el plano de nuestra casa. Hay varias formas de hacerlo. Les proponemos usar el método de los 9 cuadrantes, el más utilizado, en el cual trazaremos una grilla con 9 cuadrantes (3x3), que resultará en un cuadrante central (el centro energético), y ocho cuadrantes alrededor que indicarán las distintas áreas energéticas según su orientación sobre los puntos cardinales. Cada una de estas se corresponde con un trigramma del octágono del Bagua. Las zonas son las mismas del octágono, pero dispuestas en forma de cuadrados en vez de trigramas, lo que nos permite visualizar de una forma más práctica y esquemática el Bagua, para trabajar luego sobre nuestro espacio real.

Nota: Aquí queremos destacar que hay varias escuelas de orientación de las zonas; nosotros estamos usando la orientación según los puntos cardinales (la escuela de la brújula), pero verás que también se lo puede hacer solamente teniendo en cuenta la ubicación de la entrada principal (sobre la cual se ubicaría siempre el cuadrante Kan o “norte”), distribuyendo luego el resto de las zonas siempre de la misma manera, como se ve en la imagen de la Fig. 4.

Al orientar el Bagua según los puntos cardinales, nos aseguraremos alinear nuestro mapa energético con el electromagnetismo terrestre, un importantísimo determinante del flujo de

energías (Chi) de todas las cosas, y por eso creemos que es la mejor forma de emplear el Bagua.



Fig. 4. Orientación del Bagua en torno a la entrada principal.

Los cuadrantes resultantes que dibujes sobre el mapa de tu vivienda deberán ser exactamente del mismo tamaño y forma, lo que permite mantener la armonía entre las distintas energías. Si tenemos áreas faltantes o sobrantes, al colocar la grilla veremos dónde se ubican y a qué aspiración corresponden (para trabajarlas posteriormente). El Bagua puede ajustarse para compensar las zonas faltantes, pero lo ideal es buscar el equilibrio; es preferible que falten zonas que no sean muy relevantes, a que tengamos muchas zonas con excesos, ya que en caso de faltantes, luego podremos aplicar esas energías en uno de los ambientes con un Bagua pequeño dentro del Bagua general.

También podremos ver en qué área energética se ubican realmente nuestros ambientes, y si se correlacionan con las zonas energéticas del mapa Bagua. Y de no ser así, trabajar sobre ellas para restablecer ese equilibrio en torno a nuestro tan preciado centro energético. Podremos ubicar zonas importantes como por ejemplo dónde está nuestra área de la prosperidad, del amor, o la creatividad, para desarrollarlas en caso de que sea necesario.

5.- Trabajar sobre el Mapa Bagua

Una vez que tengas el mapa Bagua de la vivienda podrás trasladarlo a cualquier ambiente (o como también lo llamaremos: estancia) que quieras trabajar de forma específica, de acuerdo al significado energético de cada zona, como detallaremos un poco más adelante.

El salón/living es uno de los ambientes principales del hogar, y puede trabajar con la energía del Bagua grande general, y luego también tener un Bagua pequeño dentro para activar tanto las áreas faltantes, o balancear las sobrantes, como para generar el efecto deseado en el equilibrio de energías. Todo se trata del balance entre Yin-Yang, y el equilibrio correcto entre los 8 cuadrantes (los trigramas) en torno al centro de energía.

El escritorio o los dormitorios también son otros de los ambientes frecuentes para trabajar con un Bagua pequeño, especialmente para atraer el amor y todo lo relacionado con la pareja en el caso del dormitorio, o conocimiento y productividad para el escritorio, entre otros tantos ejemplos.



Fig. 5. Mapa Bagua pequeño ubicado en un ambiente en particular (una oficina), o incluso en un espacio particular (un escritorio)

Zonas del Mapa Bagua

A continuación detallaremos lo que representa cada una de las zonas y su importancia en el Bagua.

El Sur

Este sector corresponde a la fama, la reputación y la festividad, también se conoce como la *Suerte del Reconocimiento*. Se representa con el Trigramas Li, que significa Fuego, y su energía es Yang. Además está unida a la suerte de los ascensos y los avances en la profesión. Un buen feng shui en este sector atraerá grandes beneficios.

- Elemento fuego
- Color: Rojo
- Estación: Verano

El Suroeste

Este sector está relacionado con el amor, las relaciones y las sociedades, así como todo lo que tiene que ver con las relaciones sentimentales y sociales. Se representa con el Trigramas Kun, que significa Tierra.

- Elemento Tierra
- Color: Blanco – rojo

El Oeste

Este sector se relaciona directamente con los hijos, la inocencia y la creatividad, y también con todo lo relacionado al entretenimiento y diversión. Se representa con el Trigramas Tui que significa Lago.

- Elemento Metal
- Color: Blanco

- Estación: Otoño

El Noroeste

Se relaciona con la amistad, el apoyo en los proyectos, la ayuda para avanzar. Se representa con el Trigramma Chien que significa Cielo. También este punto habla de viajes y de todo aquello que genera intereses fuera del hogar.

- Elemento Metal
- Color: Gris – Blanco

El Norte

Este es el sector que está relacionado con la carrera y éxito profesional y el trabajo. También se conoce como *Suerte en la Profesión*, es uno de los puntos donde fluye el dinero. El Norte se representa con el Trigramma Kan que significa Agua

- Elemento Agua
- Color: Negro
- Estación: Invierno

El Noreste

Este sector está relacionado con los estudios, el conocimiento e Inteligencia, la preparación personal, desarrollo cultural y el autoconocimiento. El Noreste se representa con el Trigramma Ken, que significa Montaña.

- Elemento: Tierra
- Color: Turquesa – azul – verde

El Este

Este sector se relaciona con el crecimiento y la familia. Se representa con el Trigramma Chen que significa Trueno.

- Elemento Madera
- Color: Verde
- Estación: Primavera

El Sureste

Este es el sector de la prosperidad y la abundancia, la riqueza y el éxito. Se representa con el Trigramma Sun que significa Viento.

- Elemento Madera
- Color: Púrpura – azul – rojo

El Centro

El centro es el Taiji del Yin Yang, es la zona por la que debe circular la energía, estar bien limpio y ordenado y ser un punto de conexión entre el resto de las zonas.

Como puedes ver, las energías no están aisladas ni deben estar sectorizadas en un área o cuadrante separado del resto, sino que son parte de un todo. Encontraremos un poco de cada uno de estos aspectos en cada uno de nuestros ambientes. Como en la vida misma, el amor, la abundancia, la prosperidad o incluso la carrera profesional están conectados entre sí, por lo

que no estarán ubicados únicamente en un espacio, sino que fluyen por todos nuestros ambientes o estancias. He ahí la importancia de aplicar el Feng Shui correctamente, para permitir el objetivo principal de éste: que la energía fluya libremente, de una forma balanceada entre todos sus componentes. El Bagua será así un reflejo de nuestra vida misma, en perfecta armonía.

EL FENG SHUI POR ZONAS O AMBIENTES

Feng Shui en Cocina

No es casualidad que en las reuniones sociales los invitados terminen siempre reunidos en la cocina. Especialmente en aquellas en las que la buena energía se genera y fluye fuertemente.

Según el Feng Shui la cocina debe ser el centro de la casa. La cocina es una de las estancias más importantes, uno de los lugares donde se genera la prosperidad y la abundancia de la familia: una nevera y una despensa bien surtidas siempre son símbolos de prosperidad y de riqueza en general. De la cocina salen los alimentos que generan salud, felicidad y bienestar.

La palabra que se utiliza en chino mandarín para decir alimento es muy parecida a la palabra "riqueza", y el lugar donde se guarda la riqueza es muy importante para ellos; en este caso la riqueza se guarda y sale de la cocina.

La cocina es por otro lado una estancia muy especial ya que dos elementos muy importantes y antagónicos se unen en ella, el fuego y el agua. Sabemos que el Feng Shui se basa en el correcto flujo de la energía, que se consigue ordenando y equilibrando los cinco elementos (fuego, madera, agua, tierra y metal). La cocina está dominada por el fuego, pero es también muy marcada la presencia del agua. La cocina nos nutre y es la base de la supervivencia, también como de nuestra salud e higiene.

Vamos a descubrir cómo hacer que tu cocina trabaje para ti. Para esto analizaremos varios aspectos de la cocina:

+ Fuego: Área de cocción, hornos y anafes

Es el lugar que representa el dinero, así como la fama y la vida social, y generan al elemento fuego. Debemos usar el horno a anafe para cocinar de forma habitual, ya que el fuego es un potente generador de abundancia. Este es un consejo feng shui muy importante que debes seguir. Una cocina que sólo se usa para calentar en el microondas no genera abundancia ni prosperidad, un horno apagado no produce dinero.

La persona que cocina debe poder visualizar y dominar la puerta de entrada para cocinar con tranquilidad. Cuando no es posible, se pueden colocar superficies reflectantes como vidrio o acero inoxidable encima del artefacto de cocina para que quien cocina pueda ver lo que sucede a sus espaldas. Además el hecho de ser reflectante lo convierte en un espejo que de esta forma hará que el dinero y la abundancia se multipliquen.



+ Agua: Área de lavado

En el feng shui la zona de lavado representa al amor, y esto incluye tanto el amor por uno mismo y la autoestima, como el amor de pareja, familia y amigos; por ello debe estar siempre limpio y despejado ya que refleja la situación interna y espiritual de los que viven en la casa. Una cocina limpia y ordenada será el reflejo de una forma saludable e higiénica de nutrirnos.



+ Confluencia de elementos, agua y fuego

Al existir dos elementos tan fuertes y antagónicos es importante cuidar mucho su combinación. Es importante que la zona de cocinar no esté junto al lavado, ya que ambos elementos se destruyen entre sí.

Si estuviera así colocado, podemos solucionarlo colocando entre medio algún objeto de otro elemento (madera, tierra o metal), como puede ser cualquier accesorio de cocina como una tabla de cortar, unas macetas con plantas, un recipiente con los cucharones de madera o un juego de sartenes de metal que ejercerán la función de separación.



+ Ubicación de elementos dentro de la cocina

Por norma general deberíamos ubicar en la misma zona todos los elementos relacionados con el fuego (horno, microondas, cocina). De igual forma todos los elementos relacionados con el agua (el fregadero, lavadora, lavavajillas) deberán tener su zona.

+ La ubicación de la cocina en el espacio

Siempre recuerda que armonizando adecuadamente tu cocina puedes hacer que la energía trabaje a tu favor.

En función del área de tu mapa Bagua que ocupe la cocina nos encontramos con algunos detalles que debemos resolver:

El cuadrante ideal para la cocina normalmente es el Sur (trigrama Li), ya que coincide con el elemento que se genera en ella, el fuego. Otras de las áreas beneficiosas para la cocina son el Suroeste y el Este.

En el otro lado, una de las áreas más delicadas para la cocina es el Norte. En este caso podemos recurrir a añadir los elementos fuego y madera con el fin de contrarrestar el agua, a través de colores rojos y naranjas, o también con verdes, y la presencia de plantas.

Tampoco son muy recomendables los cuadrantes Noreste, oeste y noroeste, en estos casos también debemos trabajar con los elementos que armonizan y generan el fuego.

+ Orden y limpieza

La cocina siempre debe estar limpia, ventilada y en orden, algo fundamental y clave en feng shui, especialmente para sacar el máximo a la energía positiva que se genera en esta zona.

La encimera o mesada es uno de los puntos clave en la cocina: ponte las “gafas feng shui” y analiza cuanto espacio queda libre en tu encimera. Lo ideal es que esté despejada en su mayor parte. ¿Necesitas realmente tener en la encimera todos esos electrodomésticos que usas una vez al día, o menos? ¿Los frascos de especias y legumbres? ¿O los cuchillos y cubiertos de uso ocasional? Algunos pueden ser lindos elementos decorativos, e incluso aportar al balance entre fuego y agua cuando es necesario, pero debemos estar atentos a que con su presencia

no desequilibren la energía innecesariamente, y que no obstaculicen el flujo de trabajo (y de energía!).

Planifica lo que sueles utilizar y ordénalo para tenerlo a mano, hay muchas cosas que tenemos muy cerca y que nunca utilizamos.

+ Estancia acogedora

La cocina debería ser un para encontrarnos y compartir cosas agradables. Cuando haces de tu cocina un lugar acogedor donde estar a gusto cambia la forma en la que cocinas y el uso que se le da. Si aplicas a tu cocina los principios del feng shui, descubrirás que el equilibrio también llega a tu interior, tanto a nivel emocional como a tu propia salud.

Cuando uno cocina transmite energía a los alimentos que se prepara, por lo que si quieres añadir esa energía de amor y felicidad a tu comida y a tu familia, este es el recipiente perfecto para hacerlo.

Para esto el Feng Shui nos recomienda que siempre deberíamos contar con algún espacio como desayunador o isla dentro de la cocina, que nos permitirá darle este uso.

+ Colores en la cocina

Muchos colores son válidos para la cocina, tanto colores brillantes como blancos o neutros. Pueden estar en los muebles, paredes y complementos.

Todos los colores pueden ser válidos para tu cocina feng shui, todo depende del lugar del Bagua donde se encuentre y de los osados que seamos para decorar. Entre los colores que podemos elegir están los grises, rosas, naranjas, amarillos, verdes. Los colores nos pueden servir para balancear el equilibrio fuego/agua, según la ubicación de nuestra cocina y la presencia o no de elementos faltantes o sobrantes. Recuerda siempre balancear estos elementos, fuego y agua deben coexistir armónicamente en tu cocina.



+ Siembra y cosecha

Las plantas aromáticas tienen la capacidad de recrear lo mejor de la naturaleza en ese espacio de creatividad y motor de energías que es la cocina. Una ventana llena de plantas permite atraer y dejar fluir esa energía. Pero cuidado con pasarse: el exceso de plantas puede obstaculizar la prosperidad.

Las aromáticas además aportan alimento y lo mejoran, así que puedes optar por tener incluso un pequeño huerto vertical si tienes luz natural para que estén felices.



+ La iluminación

Esta estancia es conveniente que esté muy bien iluminada, toda la luz natural que puedas tener es bienvenida, y siempre puedes complementar con luz artificial de tono neutro.

Ilumina esquinas para generar el movimiento de la energía, y si es posible se debe hacer foco en la zona de trabajo en general. Una encimera o mesada donde preparemos nuestros alimentos debe estar siempre bien iluminada.



Feng Shui en el comedor

El comedor puede estar integrado en el salón o bien ser una estancia separada, o tal vez solamente una mesa habilitada en la cocina.

El comedor es el lugar donde comemos, esa estancia especial donde nutrimos el cuerpo y por tanto también el espíritu, el lugar donde se hace una buena comida y se genera ese momento especial para compartir en familia.

La filosofía oriental dice que "cuando se nutre el cuerpo se nutre también el espíritu". Para lograr un buen feng shui en el comedor no debe haber nada que distraiga a los comensales de la buena comida y una mejor conversación, así que debemos aportar armonía y tranquilidad a la par de comodidad.

Como en el resto de estancias, el Chi debe circular correctamente, por lo que la distribución de los muebles debe permitir moverse por la estancia sin obstáculos. De igual forma, debe ser un espacio cómodo que promueva no sólo la comida sino una sobremesa especial.

+ Ubicación del comedor

El comedor no debería estar muy cerca de la puerta principal, y ésta no debería visualizarse mientras se come, ya que según la tradición feng shui, implicaría que la familia podría estar preocupada por la comida, lo que podría incitarla a comer demasiado, desatender el disfrute por la comida, y/o despreocuparse por otras áreas importantes.

Lo ideal es que el comedor esté cerca de la cocina. Puede estar en un espacio separado pero idealmente debería existir algún tipo de conexión entre las estancias.

También en muchas ocasiones esta zona está integrada dentro del salón de la vivienda, lo cual es muy favorable ya que es la zona social de la casa. En este último caso conviene de todos modos diferenciar los dos espacios: el comedor y el living.

+ Mesa de comedor

La mesa donde comemos no debe tocar la pared, ya que debe permitir el libre flujo de los comensales a su alrededor y que todos puedan sentarse de forma cómoda.

Es importante recordar que la mesa del comedor no es un lugar de exposición: si de verdad la usas no deberías poner fotos familiares, adornos o jarrones grandes con flores; decora con aquello que sepas que puedas retirar de forma fácil y práctica. Si se convierte en el lugar para exponer muchos elementos decorativos pequeños, se generará una gran energía atascada, y debemos estar atentos a esto para optimizar el espacio y la energía.

Las mejores mesas de comedor son las redondas, ovaladas, u octogonales, ya que estas formas contribuyen al equilibrio y permiten que la energía pueda moverse alrededor, mejorando la convivencia así como la comunicación entre los comensales. De igual forma generan igualdad entre todos los miembros de la familia.

Las mesas cuadradas y rectangulares son también válidas por supuesto, aunque están más relacionadas con el trabajo y la jerarquía, así como con las reuniones sociales. En este tipo de mesas hay que evitar que alguien se sienta en las esquinas o vértices; de ser inevitable, elige modelos que tengan las esquinas redondeadas para poder utilizarlas.

Las mesas extensibles son perfectas y muy recomendables, nos permiten tener un espacio acorde con el tamaño habitual para la familia y un espacio extra para cuando recibimos visitas.

El Feng Shui nos dice que es muy importante que la mesa sea robusta y estable, sólida y fuerte. El material de la mesa puede ser madera, piedra, mármol, cristal grueso, etc. Todo dependerá del área del mapa Bagua donde se encuentre ubicada y de cómo combines el resto de elementos, así como de la decoración que se utilice. Dentro del salón utilizaremos en la mayoría de los casos el mapa Bagua pequeño.



+ Espejos en el comedor

La colocación de un espejo que refleje la comida que se sirve en la mesa es un signo de riqueza y abundancia, multiplicará la prosperidad a la familia y sus relaciones sociales.

El espejo debe reflejar lo que hay en la mesa, por lo que será conveniente colocarlo ligeramente inclinado para que haga su efecto.



+ Sillas

De forma general las sillas deben de ser sólidas, cómodas y tener un respaldo medianamente alto para poder apoyarnos de forma cómoda y comer tranquilamente, sintiéndonos seguros.

Si hablamos de conceptos “ideales”, estos serían:

- Que todos los comensales dispusieran de una pared detrás, y no ventanas
- Que puedan ver la entrada al comedor desde su asiento (pero no la entrada principal)

Un ejemplo de sillas que no son nada feng shui son aquellas que no tienen patas traseras, como las que tienen forma de L, que si bien están diseñadas para no caerse, generan una sensación de inseguridad y falta de confianza, por lo que si puedes, evítalas.



+ Iluminación

Este es otro de los aspectos más importantes, la iluminación debe ser equilibrada y directa para que la mesa quede bien iluminada, especialmente los alimentos. Hay que crear un ambiente acogedor, relajado y cálido para que comer sea todo un placer de los sentidos.

Coloca las lámparas directamente encima de la mesa. Es muy favorable que sean colgantes, que darán sensación de abundancia.

Según el tamaño de la mesa, el salón comedor es un lugar perfecto para poner dos lámparas simétricas. Con el número dos llamamos al elemento tierra que genera armonía y unión en la familia.



+ Colores

Es importante decorar esta estancia con tonos que estimulen el apetito y las ganas de comer, correspondiente a una zona con importante energía Yin.

Tonos cálidos en general, alegres, que despierten más que aburran. Especialmente para las paredes lo ideal son tonos pasteles o suaves, pueden ser ocre, dorados o beige, especialmente si necesitamos generar amplitud y luz en este espacio.

Es bueno agregar elementos decorativos agradables para que inciten a disfrutar de la comida y la conversación, idealmente en tonos naranja, rojo, púrpura, amarillo, dorado.



+ Cuadros en el comedor

Una forma de generar calidez es adornando las paredes de nuestro comedor con cuadros, además del espejo antes mencionado.

El Feng shui dice que lo ideal es que los cuadros contengan imágenes que nos evoquen a la prosperidad, e incluso evoquen la vida social, la fiesta y los alimentos.

En esta estancia estamos habitualmente sentados, por lo que la altura de los cuadros y adornos debe ser inferior a la de otras zonas para que puedan verse en esa posición.



Feng Shui en el Living / Salón

El salón es uno de los corazones de la casa a nivel feng shui, en él se genera mucha energía de diversos tipos y debemos aprovecharla a nuestro favor. Utilizamos diferentes energías en este espacio según como nos queremos sentir:

- Relajarnos, descansar y disfrutar de tu hogar.
- Sociabilizar, mantener y generar relaciones sociales vivas.
- Punto de encuentro con la familia para mantenerse unidos y nutrir las relaciones entre ellos.

El living y el comedor aunque estén en el mismo espacio deben estar diferenciados, ya sea por muebles, alfombras o simplemente por la propia decoración.

+ Distribución de los muebles

La circulación de la energía tiene que ser fluida por la estancia. Debemos poner atención a los muebles que obstruyen la entrada del Chi especialmente en la zona de la puerta del salón y accesos a terrazas o patios.

El sitio que ocupa el sofá, la mesa de centro y los sillones es primordial, ya que puede estimular la armonía y el bienestar, o por el contrario crear tensión entre las personas que allí se encuentran.

Debemos intentar colocar la distribución de los muebles en forma de octágono, similar al dibujo de la figura del Bagua. Esto permite la fluidez plena de la energía. Debes recordar este concepto en todo momento!

+ Sillón/ Sofá

Lo ideal es que desde la zona del sillón o sillones tengamos visión del sitio de ingreso al living y que nadie quede de espaldas a la misma, así como del resto de la estancia (¿recuerdas que decíamos lo mismo en la cocina?).

Tanto los sofás como el resto de asientos no debe bloquear la zona de entrada a los mismos, debe además disponerse de forma que esté abierto desde la entrada para “invitar” a sentarse, de esta forma activamos las relaciones sociales. La mayoría de los asientos principales deberían estar apoyados en una pared, o si están ubicados en torno a un elemento central, que sea de forma tal que no dé la espalda a otras zonas de atención o interés.



+ Mesa de centro

Entre los sofás o asientos debe colocarse una mesa de centro o auxiliar, lo que permite que al compartir dicha mesa se genere disposición entre los que se sientan a su alrededor. Las personas se reúnen a compartir y ser amables unos con los otros.

Lo ideal es que la mesa se convierta en un lugar ideal para depositar piedras o cristales (pueden ser geodas), ya que estos elementos ayudan a consolidar las relaciones familiares. Son elementos muy energéticos y podemos aprovechar estas energías.

La mesa debe poder utilizarse, por lo que no es lugar ideal para colocar un exceso de adornos y objetos de exposición. No debemos sentir un impedimento a utilizarla para apoyar elementos de uso. Y debemos recordar que no es favorable generar una zona de energía estanca.



La televisión en Feng Shui

Lo ideal sería que no sea el punto focal más importante de la distribución.

La Televisión es el gran conflicto en los decoradores y la realidad: la televisión es el punto de encuentro de la mayoría de las familias en la actualidad, y el elemento más problemático a la hora de decorar.

Si se encuentra correctamente integrada en nuestro octógono se convertirá en algo más, pudiendo estar apagada durante mucho tiempo y fomentar de esa forma la relación familiar, las amistades, el amor y las risas y juegos.

+ Colores para el Living

Todas las zonas del mapa Bagua son buenas para un salón feng shui, y vamos a trabajar con ellas en el mapa o Taiji pequeño. Debemos tener presente cuáles son las más favorables por la energía que nos pide esta zona, y desarrollarlas (recuerda que siempre evitando el exceso).

El living debe estar integrado también dentro de la decoración global por la que hemos optado en la vivienda: de hecho es uno de los puntos claves para elegir la decoración global de tu casa.



En este caso puedes optar por los colores que corresponden al área Bagua grande que ocupan y enfocar siempre hacia la abundancia y la prosperidad.

Puedes utilizar también dos colores y activar algunas de las zonas, o utilizar dos paletas cromáticas que combinen y diferenciar así comedor y salón.

Debemos tener claro además que cuando activamos la riqueza y la abundancia no hablamos solamente de dinero: también nos referimos a la prosperidad en relaciones y vida social, o la riqueza de la salud o la autorrealización.

Debemos activar cada punto en función de lo que queremos conseguir. Recuerda las zonas del Bagua e intenta desarrollarlas en tu espacio, así lograrás potenciar las energías deseadas, siempre buscando el balance general de tu vivienda, y específico de cada ambiente.



Fig. 6. El Bagua y sus componentes.

+ Ornamentos y objetos decorativos

Esta zona nos invita a mantener el nivel de energía en lo alto, así que debes poner todo aquello que te gusta y que te hace feliz de verdad.

Retira todo aquello que no te gusta ver, como objetos que en el fondo no te identifican.

Aprovecha los puntos de tu Bagua. Por ejemplo, si quieres irte de viaje coloca fotos de esos lugares que tanto quieres visitar en la zona Noroeste del living (La zona Chien, de los viajes!).

Fomenta la amistad y tu éxito poniendo fotos de momentos felices o memorables en tu zona Sur o Sureste (zonas Li, y Sun). Si deseas mejorar la relación de pareja el punto Suroeste es perfecto (la zona Kun, donde fluye el amor).

Recuerda que la energía que se desprende de los objetos es lo que te generan al apreciarlos, así que elige con amor y felicidad que quieres ver a diario y que quieres que tus invitados sientan cuando vean tus cuadros o tu decoración en general.

Este suele ser uno de los lugares donde casi siempre se recomienda poner alguna de las curas provenientes de esta tradición milenaria: El cristal Feng Shui, un potente distribuidor de la energía positiva.



+ Las plantas

Las mejores aliadas del feng shui no pueden faltar en el living, lugar además donde podemos colocar grandes plantas frondosas, de alto porte que generen el crecimiento social si es un living amplio.

Disfrutarás de Jarrones con flores frescas y colores alegres que emitan vida y energía. Dales las gracias al llegar a casa, presta atención a sus necesidades de agua y luz, sus cuidados generales para que luzcan bellas y saludables.

Salvo ocasiones puntuales, debemos evitar las flores secas así como caracoles marinos o cualquier otro tipo de naturaleza muerta en el living, ya que generarán una atmósfera pesada, poco vital. No es nada feng shui!



+ Fuentes de Agua

El living es una estancia ideal para colocar una fuente. Oriéntala hacia la zona agua (norte) si deseas reforzar esta zona, o hacia la zona fuego (sur) antagónica si necesitas balancear un exceso.

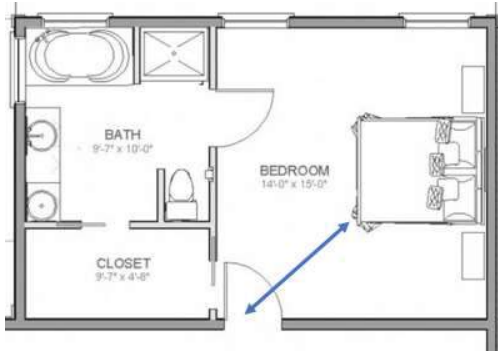
El agua es un elemento vital que siempre puede aumentar las energías y permitir su flujo. Colócala según el aspecto o zona que quieras resaltar.

Feng Shui en el dormitorio

Un dormitorio que sigue pautas según esta disciplina repercute de manera vital en la rutina diaria, potenciando el descanso y repercutiendo en la salud.

+ La cama y la distribución general

Coloca la cama lo más alejada posible de la puerta de entrada. Cuanto más alejado estés de ella, te hará sentir más control sobre tu seguridad. También recuerda que es conveniente que la entrada esté a la vista desde la cama, por el mismo motivo.



Un dormitorio Feng Shui necesita que la energía fluya con naturalidad por encima y por debajo tuyo. Por encima de ti, la energía raramente encontrará obstáculos pero, por debajo, puede tenerlos si dormís en una cama canapé o en una estructura de obra cerrada. En este sentido, las camas de patas son las ideales. Evita asimismo usar el espacio debajo de la cama para acumular objetos pequeños que no vayan a retirarse frecuentemente.



Evita televisores, aparatos eléctricos, ordenadores/computadoras. El espacio de descanso debe fomentar esa energía Yin que nos invite a relajarnos y desconectarnos de la intensa energía Yang acumulada a lo largo del día.

Intenta que los cables de las luces del velador no estén visibles, y que tampoco pasen directamente por detrás de la cabecera. En la cabeza reside nuestro punto energético más potente y para el Feng Shui es básico protegerlo.

La cabecera de la cama debe descansar sobre una base firme como es la pared. Una cama en medio de la habitación con una zona de paso detrás no funciona, porque psicológicamente nos deja expuestos al no tener todo el espacio en nuestro campo visual cuando nos acostamos.

Utiliza para la cabecera (y para todo el dormitorio en general) materiales, texturas y tonos de colores que inviten a la relajación y el descanso por sobre todo.



+ Espejos

El espejo puede resultar útil en un dormitorio, y verse bien desde el lado decorativo, pero debemos tener presente que con su reflejo nos dará sensación de profundidad e infinitud. En este aspecto es todo lo contrario de lo que buscamos en el dormitorio, donde queremos seguridad, estabilidad, apoyo: algo más relacionado con el elemento tierra. Un espejo puede empeorar la refracción de campos electromagnéticos por el material metálico utilizado para su construcción. El Feng Shui recomienda evitarlos en general. Prioricemos el aspecto general del dormitorio, por sobre su aspecto decorativo en este sentido. Si queremos colocarlos, o no tenemos otra opción, debemos procurar que no reflejen la cama.



+ Techo

Ya mencionamos que necesitas que la energía circule bien por encima y por debajo de la cama. Si los techos son muy bajos, píntalos de blanco para crear una estancia ópticamente más amplia y con menos cambios. Si son muy altos, también debemos evitar que queden poco iluminados, sucios o descuidados. El techo no debe distraernos y evitar la relajación y el descanso.

+ Ventana

Evita colocar la cama bajo una ventana porque la energía personal tiende a debilitarse. Necesitamos una pared sólida que nos haga sentir apoyados y protegidos. Lo ideal, según el Feng Shui es que las ventanas queden a los lados de la cama.



Feng Shui en el dormitorio infantil

La mejor ubicación del cuarto de los niños es junto al de los papás, que debe estar a su derecha. No deberían estar nunca en el centro de la casa ni detrás de la cocina.

Para ayudarlos a crecer fuertes y sabios, debe predominar el Yang, lo que incluye: colores brillantes, cuadros o posters con imágenes hacia arriba (globos, una jirafa, pájaros en vuelo, etc.).



El Yang implica expansión y actividad energética, pero debemos evitar las espadas o juguetes relacionados con la guerra o la violencia. No es bueno colocar animales de peluche junto a las paredes, o en esquinas, ya que generará una energía pesada y estancada en esa zona.

En lo posible, la cuna o cama debe apuntar al norte, lo que representa la tranquilidad, con el elemento agua. El suroeste y noreste son buenas segundas opciones.

Las cortinas son un elemento decorativo que aporta mucha calidez y sobre todo la entrada de luz natural. Si hay un exceso de luz natural intensa (yang) puede predisponer a los niños a estar más nerviosos y excitados. Si hay muy poca entrada de luz (yin) puede provocar el efecto contrario, quitándoles el necesario estímulo energético.



Feng Shui en Baños

El exceso de agua hace del baño un espacio complicado según los principios de equilibrio del Feng Shui. El equilibrio se basa en el equilibrio de los cinco elementos: madera, fuego, tierra, metal y agua. La mejor opción en este caso es compensarlo con abundancia de madera.



Al ser una zona de aguas, el baño suele ser demasiado frío para el Feng Shui. La clave para combatirlo es, además de la madera, utilizar elementos que aporten calidez, como cestas de mimbre y accesorios de cerámica o porcelana llenos de sal gruesa, para absorber el exceso de humedad.



El baño para el Feng Shui es un espacio donde se pierde mucha energía. Se recomienda que la puerta es mejor tenerla siempre cerrada y, aún más importante, la tapa del inodoro/retrete esté siempre bajada.



El lavabo/bacha, es donde más agua solemos usar y más energía se pierde, es aconsejable tener detalles que compensen con otros elementos. Por ejemplo, unas velas y plantas.



Feng Shui en el Recibidor

Según el Feng Shui, el recibidor perfecto debe invitar a entrar para que la energía fluya y nos inspire calma y optimismo. Debe favorecer la luz, el movimiento y la fluidez. Si es posible, que reciba toda la luz natural disponible. Si la luz natural no llega a este espacio, es un buen recurso agregar un espejo. Pero nunca deben estar enfrentados a la puerta o podríamos repeler las buenas energías.



El recibidor se trata de un espacio funcional. El Feng Shui establece que debe constar de una zona de descarga en la que podamos dejar el bolso, las mochilas y, sobre todo, los zapatos. No solo impedirás que las energías negativas invadan tu casa, también será más fácil mantenerla limpia.



Es importante en este espacio, como en todos los ambientes, equilibrar los elementos. Sumar plantas y velas siempre es una buena opción.

